



CONCENTRADO DE JUGO DE ARÁNDANOS ROJOS, ENDULZADOS, ENLATADOS

Fecha: Mayo 2013 Código: 100275

DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO

- El concentrado de jugo de arándanos rojos, enlatado y endulzado necesita ser mezclado con agua para usarlo como una bebida.
- Cuando se prepara con 3 partes de agua a 1 parte de concentrado de jugo, este producto proporciona 27% de jugo.
- La bebida de jugo de arándanos rojos está hecha de jugo de arándanos rojos, concentrado de jugo de arándanos rojos, agua, endulzantes, y vitamina C. No contiene colores o sabores añadidos.

EMPAQUE/RENDIMIENTO

- El concentrado de jugo de arándanos rojos viene empacado en recipientes de 11.5 onzas, lo que rinde alrededor de 46 onzas de bebida de jugo cuando se mezcla con agua.
- Cada lata proporcionará alrededor de 11 porciones (porciones de ½ taza) de jugo después de mezclarlo con agua.

ALMACENAMIENTO

- Almacene las latas sin abrir en un lugar fresco, limpio y seco.
- Después de abierto, almacene el jugo en un recipiente cerrado herméticamente que no sea metálico y refrigérela.
- Busque la fecha en la lata que indique "Mejor si se usa por" o "Mejor si se usa antes de".
- Para más información en como almacenar y mantener los alimentos de USDA, favor visite: http://www.fns.usda.gov/fdd/policymemo/pmfd107_NSLP_CACF_SFSP_CSFP_FDPIR_TEFAP_CI-StorandInvMgmt.pdf.

USOS Y RECOMENDACIONES

- No es necesario preparar una lata entera de una sola vez. Una cantidad más pequeña de jugo se puede preparar mezclando 3 partes de agua por 1 parte de concentrado de jugo.
- La bebida de jugo de arándanos rojos se puede servir como una bebida refrigerada por su cuenta, o se puede utilizar como base para ponche.
- Mezcle ½ taza de jugo con ½ taza de agua mineral o agua con gas para hacer una bebida dulce y afrutada.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

- ½ taza de bebida de jugo de arándanos rojos cuenta como ½ taza en el Grupo de Frutas de "MyPlate.gov". Para una dieta de 2,000-calorías, la recomendación diaria es alrededor 2 tazas de fruta.
- ½ taza de bebida de jugo de arándanos rojos proporciona alrededor del 20% de la cantidad diaria de vitamina C.

INFORMACIÓN DE SEGURIDAD ALIMENTICIA

- Si una lata está goteando o los extremos están abultados, **deseche la lata.**
- Si la comida en lata tiene mal olor, o el líquido se sale súbitamente al abrirla, **deseche la lata.**

OTROS ENLACES INFORMATIVOS

- www.nutrition.gov
- www.choosemyplate.gov
- www.fns.usda.gov/fdd/

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Tamaño de la porción: ½ taza (4oz) de jugo de arándanos rojos preparado

Cantidad Por Porción

Calorías	60	Calorías de Grasa	0
		% de Valor Diario*	
Grasa Total	0g		0%
Grasa Saturada	0g		0%
Grasa <i>Trans</i>	0g		
Colesterol	0mg		0%
Sodio	17mg		0%
Total de Carbohidratos	15g		5%
Fibra Dietética	0g		0%
Azúcar	12g		
Proteína	0g		
Vitamina A	0%	Vitamina C	100%
Calcio	0%	Hierro	0%

* Los Porcentajes de Valores Diarios se basan en una dieta de 2,000 calorías.

JUGO DE ARÁNDANOS ROJOS EFERVESCENTE

RINDE PARA 4 PORCIONES

Ingredientes

- 1 taza jugo de arándanos rojos preparado
- 1 taza agua mineral o agua con soda
- 2 cucharadas jugo de limón verde

Preparación

1. Combine el jugo de arándanos rojos, el agua mineral o agua con soda, y el jugo de limón verde en un pichel y mézclelo bien.
2. Sírvalo en vasos altos.

Información Nutricional para 1 porción (½ taza) de Jugo de Arándanos Rojos Efervescente							
Calorías	30	Colesterol	0mg	Azúcar	8g	Vitamina C	7mg
Calorías de Grasa	0	Sodio	20mg	Proteína	0g	Calcio	10mg
Grasa Total	0g	Total de Carbohidratos	9g	Vitamina A	1 ER	Hierro	0mg
Grasa Saturada	0g	Fibra Dietética	0g				

Receta adaptada del "USDA, FNS, Food Distribution Division 2009".

PONCHE FESTIVO

RINDE PARA 12 PORCIONES

Ingredientes

- 4 tazas bebida de jugo de arándanos rojos preparado, frío
- 1 lata (12 onzas) limonada congelada o concentrado de jugo de limón
- 4 tazas de agua helada
- 2 latas (12 onzas cada una) soda carbonada de limón-lima fría (o alrededor de 4 tazas de agua mineral o agua con gas).

Preparación

1. Combine el jugo de arándanos rojos, concentrado de limonada, y agua. Refrigérela.
2. Justo antes de servirlo, añada los cubos de hielo. Vierta cuidadosamente la soda carbonada, el agua mineral o agua con gas a los lados del tazón o recipiente.

Información Nutricional para 1 porción de Ponche Festivo							
Calorías	130	Colesterol	0mg	Azúcar	31g	Vitamina C	15mg
Calorías de Grasa	0	Sodio	10mg	Proteína	0g	Calcio	0mg
Grasa Total	0g	Total de Carbohidratos	33g	Vitamina A	0 ER	Hierro	0mg
Grasa Saturada	0g	Fibra Dietética	0g				

Receta adaptada del "Southernfood.about.com".